

がん患者における不安の緩和を目的とした アロマセラピーについての文献検討～豊かな環境を整える看護とは～

高橋 舞 優¹⁾ 桃 山 希¹⁾ 矢野 椎 菜¹⁾
青 山 泉²⁾ 戸井田 千 鶴²⁾

1) 杏林大学保健学部看護学科看護養護教育学専攻（成人看護学研究室）4年

2) 杏林大学保健学部看護学科看護養護教育学専攻（成人看護学研究室）

【目的】

がん患者の不安に対するアロマセラピーを使用した看護の現状を明らかにし、豊かな環境を整えることに繋がる看護について検討する。

【方法】

医学中央雑誌 Web 版, PubWed (MEDLINE) を用い、文献検索を行った。キーワードはアロマセラピー, がん, 不安とした。原著論文, 看護文献, 対象はがん患者, アロマセラピーを使用し, がん患者の不安に対する有効性の検証が目的であることを条件とし, 文献の抽出を行った。分析は計量テキスト分析ソフト KH coder Ver.3 (樋口 2020) を用いてテキストマイニングを行った。その後, 共起ネットワークを作成し, カテゴリー化を行い, 感覚刺激豊かな環境とされる概念 Enriched Environment (EE) (Aoyama and Ooukubo 2021) に基づいて, 考察を行った。

【結果】

抽出文献は和文献 5 件, 海外文献 27 件, 合計 32 件であった。アロマセラピーはがん患者の不安軽減や, 心拍数と血圧を低下させた文献などが確認できた。しかし, アロマセラピーによる QOL の向上は明らかにすることは出来なかった。最頻出回数語は, 「アロママッサージ」645 回であった。共起ネットワークは 11 に分類された。その後, 9 個のカテゴリーに分けられた。【嗅覚情報が脳辺縁系に届くことによる情動へ働く効果と患者の主体的な精油の選択】【アロマセラピーによるホメオスタシスに働く作用がもたらす心身のバランス調整】【香りによる嗅覚刺激とマッサージによる触覚刺激による不安の軽減】【個別性を考慮した目的と方法の設定】【アロマセラピーの程度と頻度の決定】

【心理的・身体的要因の軽減による睡眠の質の向上】【アロマセラピーと QOL の関係性】【皮膚炎の影響を考えた精油と使用方法の選択】【補完代替療法の安全性の確保と患者への説明】となった。

【考察】

アロマセラピーには副交感神経を優位にする効果があり, 不安や緊張, 疼痛が緩和され, 心身のリラクスの促進に繋がると考えられた。アロマセラピーが QOL の向上を明らかに出来なかったが, 香りを嗅がせるだけでなく, 患者の心理的環境を整えるためのコミュニケーションやタッチを使用し, 身体や精神症状を緩和させながら患者の望みやこれまでの生活について知り, 今後の看護に繋げることで, QOL 向上への一助となると示唆された。また, 最頻出回数語が「アロママッサージ」であった事は, アロマセラピーマッサージが, 嗅覚刺激や触覚刺激の多感覚刺激を与えることができるためだと考えられる。EE では, 多感覚刺激を複合的に提供することが患者の豊かな環境を整えることに繋がるとされているため, アロマセラピーは豊かな環境を整える看護として効果的だと考えられる。病院という心地よい刺激の少ない環境は, 不安が増強すると言われている。そのため, アロマセラピーにより豊かな環境を整えることが, 患者の不安緩和に繋がると示唆された。

【引用文献】

- 1) 樋口耕一 (2020) 社会調査のための計量テキスト分析: 内容分析の継承と発展を目指して: KH Coder official book, ナカニシヤ出版, 4, 第 2 版
- 2) Aoyama I, Oookubo N (2021) Effect of Aromatherapy Interventions for Neuropathic Pain, ICN Congress 2021-Nursing Around the World